



فوبیای مدرسه

ترجمه و اقتباس از: Childhood Disorders

Joseph, N.M urrav

تألف:

محمد عطاران

قسمت دوم

• کودک فوبیک، باید در مدرسه مورد حمایتی قوی و گرمابخش قرار گیرد.

دارد که مادران این اضطراب را تقویت کنند؛ چرا که به هنگام عدم حضور خویش نگران سلامتی کودک هستند. در هر حال توانایی کودک درسازگاری با مدرسه وابسته به دو عامل اضطراب ناشی از جدایی و نیز طبیعت موقعیت مدرسه است اگر مدرسه به وجه خوبی کودک را پاداش دهد، کودک بتدریج قادر به اخذ پاداش‌های مناسب در مواقع جدایی از مادر خواهد بود.

نظریه بوم‌شناسی؛

برخی مفاهیم، فوبیای مدرسه را از حوزه فرد و خانواده، خارج نموده در حیطه اجتماع داخل می‌نمایند. لانگ (Lang) بر حضور اجباری در مدرسه و طبیعت خود مدارس به عنوان علت عمده فوبیای مدرسه تأکید دارد. او معتقد است که بسیاری از اطفال اساساً با فشار و تحمیل به مدرسه می‌روند. کودک الزاماً به مدرسه می‌رود بدون اینکه بداند مدرسه چیست و چه کاری باید در آن صورت دهد. توجه ضمنی این

احتمال فراوانتری واکنش‌های فوبیک را فراهم می‌آورند.

۶ - تعمیم از محرک‌های اصلی فوبیک به محرک مشابه خنثی رخ می‌دهد. غالب رفتارگرایان، فوبیا را واکنش‌های اضطراب گونه شرطی می‌دانند.

بت، محقق آمریکایی،

(bet) هر دو عامل خانه و مدرسه را در تبیین فوبیای مدرسه مؤثر می‌داند. به اعتقاد وی، والدین در مواجهه با

اطفال پیش دبستانی به عنوان محرک و تقویت کننده قوی عمل می‌کنند و به هنگام

ترس ایشان مأمونی برای آنها محسوب می‌شوند. اگر کودک در مقطع پیش دبستانی

یک یا چند موقعیت ترسناک را تجربه کرده باشد که در آن هنگام بازگشت به دامن

والدینشان او را تسکین داده باشد، هنگام

که مجدداً با چنین موقعیت‌هایی مواجه باشد واکنش مذکور را تکرار می‌کند. در برخی از

کودکان، اضطراب به شکلی قوی با موقعیت جدایی پیوسته می‌گردد و امکان

نظریه رفتارگرایانه:

رفتارگرایان دریاب فوبیای مدرسه آنرا به زلزله الگوهای ناهنجار رفتار که فراگرفته شده‌اند می‌نگرند مبتنی بر این نظر، بی‌شناسی فوبیای مدرسه را چنین می‌توان توضیح داد.

۱ - فوبیا پاسخ‌های فراگرفته شده است.

۲ - محرک‌های فوبیک - ساده یا پیچیده هنگامی که با موضوعات و

واقعیت‌های ترسناک، با فاصله و موقتی مربوط شوند رشد می‌یابند.

۳ - محرک‌های خنثی که با واقعیت‌های ترس‌زا، مرتبطند با احتمال

بیشتر، موجب رشد فوبیا می‌شوند تا محرک‌هایی که ضعیف یا بی‌ربط می‌باشند.

۴ - تکرار پیوستگی میان موقعیت ترس‌زا و محرک فوبیک جدید، فوبیا را

ثابت می‌بخشد.

۵ - پیوستگی میان محرک‌هایی که شدیداً ترس‌زا هستند و محرک‌های خنثی، به

مسئله، ادعای کنترل اجتماعی است. لانگ می‌گوید که اگر به بزرگسالان به جهت فواید مدرسه به حضور اجباری اطفال آن معتقدند منظور ایشان فی الواقع این است که کودکان می‌توانند سعادتمند شوند اگر بدون اعتراض و ایراد خود را با جامعه‌ای که ساخته دیگران است، مطابقت دهند. او در دنبالهٔ صحبت خود می‌گوید که غیبت طفل در مدرسه تنها می‌تواند در حیطهٔ زمینهٔ عمومی و تجارب خاص طفل درک شود. این فکر که فویا به واسطهٔ امری مشخص در ذهن کودک یا شخصیت والدین بظهور می‌رسد، در نظریهٔ بوم‌شناسی تنزل می‌یابد. لانگ می‌گوید یک کودک نمی‌تواند به مدرسه برود، صرفاً به دلیل اینکه نمی‌خواهد برود. مدرسه برای کودکانی که امتناع از مدرسه رفتن می‌کنند، مکانی بی‌معنی است که عدم خوشحالی و اضطراب به او دست می‌دهد. لانگ مدعی است که آغاز درمان باید توأم با اصلاح نظام اجتماعی و تربیتی باشد.

درمان:

نظریه‌هایی که ارائه نمودیم، روش‌های خویش را در درمان فویای مدرسه مبتنی بر سن کودک و شدت فویای او تغییر می‌دهند. مثلاً روانکاوان از کاهش حساسیت عاطفی کودک به عنوان درمان کمکی استفاده می‌کنند و نظریه‌پردازان یادگیری و تغییر رفتار، مشاوره را به عنوان بخشی از برنامهٔ درمانی خویش در نظر می‌آورند، و بندرت شیوه‌ای منفرد به شکل مجرد بکار گرفته می‌شود.

درمان روانکاوانه:

تحلیل، اولین متد درمانی تجویز شده از سوی روانکاوان است. در سعی برای غلبه بر

فویا از طریق آشکار نمودن تعارض نورتیک، ساخت نوروز زایل و رفع می‌گردد. مرحلهٔ نخست تحلیل، رها کردن کودک از همه گونه فشار حضور در مدرسه است. مرحلهٔ بعد ایجاد اعتماد و اطمینان در کودک است.

در روش روانکاوان، بازگشت سریع و فوری کودک به مدرسه، امری اساسی نیست ولی در عین حال آن هنگام که امکان آن فراهم گردد؛ به آن مبادرت می‌شود.

روانکاوان، همزمان با درمان طفل، توصیه به درمان مادر وی می‌کنند تا مادر کودک نیز به نوبهٔ خویش از وابستگی افراطی به کودک خود رها گردد، باره‌ای اوقات نیز، همراه با درمان مادر، درمان پدر ضرورت می‌یابد و در هر حال، خانواده درمانی، عنصری مهم در درمان کودک می‌باشد.

درمان رفتاری

محور اصلی روش تغییر رفتار، رفع نشانه‌ها می‌باشد، ملاک درمان موفق فویای مدرسه- به نظر رفتار گرایان حضور منظم طفل در مدرسه می‌باشد و باره‌ای روش‌ها می‌توانند به این مقصد کمک کنند. روشهای مذکور عبارتند از:

الف- پی‌آمدهای طبیعی و تقویت: دالسیرو ویلیامز Daleyr and williams, 1977 نظامی تدریجی را توصیه می‌کنند که به حسب آن، حضور طفل در مدرسه از یک ساعت در روز آغاز گشته و به مرور افزایش می‌یابد تا منتهی به یک روز کامل گردد. معلم در کلاس، طفل را پاداش داده و حضور او را تقویت می‌کند و اگر احیاناً برای رفع آشفتگی و اضطراب او نیاز به وجود والدینش شد، او را در اتاق محدود نموده و اجازه بازی به وی نمی‌دهند، همچنین با

شرط حضور منظم طفل در مدرسه و رفتار مناسب او، تقویت‌های مثبتی همچون دیدن مادر بزرگ، خرید اسباب‌بازی، تشویق کلامی و... به طفل ارائه می‌شود.

ب- حساسیت‌زدایی در مدرسه: در روش حساسیت‌زدایی، شیوهٔ شرطی کردن معکوس به کار گرفته می‌شود، و مبتنی بر آن، محرکی قوی که با پاسخ اضطراب‌گونه دانش آموز متعارض است، به قصد تضعیف و حذف آن پاسخ عرضه می‌شود، با این توجه که محرک جدید باید قوی‌تر از محرک‌های ترس‌زا باشد.

دو محقق رفتارگرا (Negrenes and Gravey 1966) مراحل زیر را برای حساسیت‌زدایی تدریجی طفل پیشنهاد نموده‌اند و در درمان طفل رویهٔ ذیل را خطاب به طفل در طی مراحل بیان کرده‌اند:

- ۱- در ماهین مدرسه بنشین
 - ۲- از ماشین پیاده شو و به پیاده‌رو نزدیک شو
 - ۳- به پیاده‌رو برو.
 - ۴- به طرف پله‌های مدرسه برو.
 - ۵- از پله‌ها بالا برو.
 - ۶- به طرف در مدرسه برو.
 - ۷- داخل مدرسه شو.
 - ۸- هر روز با فاصله معینی به کلاس نزدیک شو.
 - ۹- داخل کلاس شو.
 - ۱۰- با معلم در کلاس حاضر شو.
 - ۱۱- با معلم و دو شاگرد دیگر در کلاس حاضر شو.
 - ۱۲- همراه با بقیهٔ دانش آموزان در کلاس حاضر شو.
- در مراحل مذکور، کودک به شرط تسلط بر مرحلهٔ پیشین، در مرحلهٔ جدید پیشرفت خواهد نمود.

آنها دعوت به عمل آورده و توضیحات لازم را دربارهٔ مدرسه و نحوهٔ برخورد با فرزندانشان در حین انتقال به مدرسه ارائه نمود.

• می‌توان قبل از آغاز کار مدارس در ارتباط با دانش آموزانی که به کلاس اول ابتدایی باید وارد شوند از مادران

□ توانایی کودک در سازگاری با مدرسه وابسته به دو عامل اضطراب ناشی از جدایی و نیز طبیعت موقعیت مدرسه است اگر مدرسه به وجه خوبی

کودک را پاداش دهد، کودک بتدریج قادر به اخذ پاداش های مناسب در مواقع جدایی از مادر خواهد بود.

ج- درمان با تحریک شدید: درمان مذکور نوعی شرطی کردن است. در شرایطی که محرک اضطراب را حضور ندارد. متخصص کودک از خلال سؤال کردن فویبای مدرسه را از بین می برد. سؤالی که طفل در پاسخ آن، صحنه های مختلفی را که با اضطراب او وابسته است، احیا می کند. با عرضه مکرر محرک ترس زا در موقعیتی اطمینان بخش، تدریجاً قدرت محرک کاهش یافته و پاسخ ترس به مرور زائل می گردد.

د- شبیه سازی هیجانی: شیوه مذکور به این نحو است که از طفل در موقعیتی کاملاً آرام و مطمئن خواسته می شود که هر واقعه ای که از زمان به صدا درآمدن زنگ ساعت جهت حضور در مدرسه، رخ می دهد تا به هنگام بازگشت به منزل، به خاطر آورد. در کنار طفل زمان سنجی قرارداد می شود که یادآور هر حادثه در ساعت مشخص رخداد آن باشد و حین بیان موقع، سطح اضطراب و چگونگی احساس خویش را بیان می کند.

ه- مدل درمان سریع: مشخصه اصلی این روش، اجبار کودک به حضور در مدرسه است که در صورت لزوم با توسل به

وسایل مادی اعمال می شود و فقط در صورتی که طفل بدون اظهار شکایت به مدرسه برود، دریافت تقویت خواهد نمود. رهنمودی که در این روش به والدین پیشنهاد می شود این است: با کودک درباره حضور او در مدرسه صحبت نکنید و از گفتگو درباره نشانه های فویبای او اجتناب کنید و به گفتن این جمله اکتفا کنید که «شما فردا به مدرسه می روی»

نمونه ای از برخورد مذکور در سه روز متوالی بدین ترتیب بوده است: «روز شنبه صبح به کودک صبحانه مختصری داده می شود تا امکان تهوع او کاهش یابد. سپس کودک توسط یکی از والدین به مدرسه برده می شود و به هر طریقی ملزم به ماندن در مدرسه می گردد. عصر از طفل به خاطر رفتنش به مدرسه، فارغ از هر کاری که کرده- گریه کرده، استقراغ نموده، حالت اضطراب داشته و... تعریف شده و به او گفته می شود که یک شنبه بهتر خواهد بود. یک شنبه معمولاً مانند روز قبل است. دوشنبه طفل موقتاً از نشانه های فویبا رها می شود. عصر دوشنبه بخاطر غلبه کودک بر ترسش، به او پاداش خوبی داده می شود. و ضمن آن می توان داستان هایی که در آن،

بناحوی مواجهه با ترس و غلبه بر آن نشان داده شده، بیان نمود و تأمل با آن می توان از قضا های واقعی از دوران کودکی خود یا دیگران استفاده کرد که پی آمد آن رفع ترس و نگرانی فرد بوده است.

«درمان در تئوری قدرت»:

در روش حاضر مانند روش پیشین برای حاضر نمودن طفل در مدرسه از تهدید استفاده می شود، با این تفاوت که روش درمان سریع بیان می داشت که کودک تمایل به رفتن مدرسه دارد ولی باید بر ترس غلبه کند؛ حال آنکه نظریه قدرت مدعی است که کودک از ترس و سایر رفتارها برای پیشبرد راه خود و حفظ قدرت خویش استفاده می کند.

درمانگر ابتدا از خانواده طفل ارزیابی ای نموده و یکی از افراد خانواده را که می تواند بنحو مناسبی با کودک فویک مواجه شود، انتخاب می کند. سپس راهی برای فعال نمودن این عضو خانواده که می تواند در رفتار کودک موثر باشد، انتخاب می گردد، راهی که در آن بر نبیات قدم و مداومت فرد مذکور و ضرورت استفاده از اجبار بر طفل تأکید می شود. موفقیت روش بستگی به نتیجه

□ اگر کودک در مقطع پیش دبستانی یک یا چند موقعیت ترسناک را تجربه کرده باشد که در آن هنگام بازگشت به دامن والدینشان او را تسکین

داده باشد، هنگام که مجدداً با چنین موقعیت هایی مواجه باشد واکنش مذکور را تکرار می کند.

قدرت میان طفل و فرد انتخاب شده دارد که بواسطه رویه‌ها و مداومت همه اعضای ذی‌سهم خانواده در حول مراجعه کودک به مدرسه، تسریع می‌گردد.

.. به این روش ایراد شده که شکل نیروی (غیردرمانی) از اراده‌ها را می‌باید و مناسب‌تر آن است که کودک خود تصمیم به رفتن به مدرسه را بگیرد و نه آنکه مجبور گردد.

طرفداران روش مذکور در پاسخ می‌گویند که در این نبرد، تصور کودک از خود، به نحوی تنزل داده نمی‌شود که او خرد و ناتوان گردد.

در هر حال ضعف این شیوه و یا هر رویه دیگری که از الزام و اجبار برای درمان فوبیای مدرسه استفاده می‌کند، عدم

در منزلش همراه با دیگر شاگردان- تشویق به آمدن به مدرسه در روز بعد می‌کند و با او تماس و مرادده‌ای نزدیک تری برقرار می‌کند. این روش علی‌الخصوص در مورد اطفالی که دچار هراس و ترس شدید از معلم و مدرسه نیستند، موثر واقع می‌شود.

همچنین می‌توان قبل از آغاز کار مدارس، در ارتباط با دانش‌آموزانی که به کلاس اول ابتدایی باید وارد شوند، از مادران آنها دعوت به عمل آورده و توضیحات لازم را دربارهٔ مدرسه و نحوهٔ برخورد با فرزندانشان در حین انتقال به مدرسه، ارائه نمود تا والدین به نوبهٔ خویش با توضیحی روشن‌گر برای اطفال خویش میزان اضطراب جدایی را در آنان کاهش دهند.

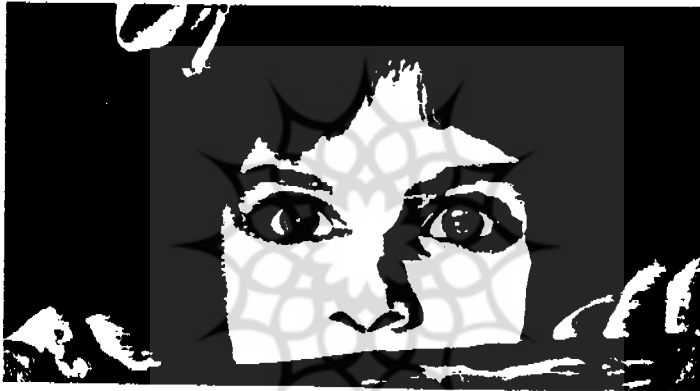
۵- دارودرمانی نقش مهمی در تسکین اضطراب کودکان فوبیک داشته و به ماندن او در مدرسه کمک می‌کند

۶- کودک فوبیک، باید در مدرسه مورد حمایت قوی و گرمابخش قرار گیرد.

متخصصان کودک معتقدند که دلایل امتناع کودک از مدرسه رفتن متفاوت است از آن جمله تغییر در اجتماع یا مدرسه بیماری مادر یا طلاق او، وابستگی به خانواده با تولد فرزندی جدید.

همچنین چهار نوع اجتناب از مدرسه در کودکان فوبیک قابل ملاحظه است.

۱- اضطراب جدایی که غالب بچه‌ها در اولین روز مدرسه دچار آن می‌شوند و امکان رفع آن با توضیحات والدین دربارهٔ



کارایی آن در مورد کودکان بزرگتر می‌باشد. همچنین نیاز به صرف انرژی، زمان و وجود تمایل به انجام برنامهٔ مداوم کنترل از طرف بزرگترها می‌باشد، آن هم به نحوی که از قدرت خود بیش از حد بهره‌نگیرند.

دیگر آنکه بهره‌گیری از ترس و وحشت -بی‌هیچ شرطی- به منزلهٔ شیوهٔ قدرت‌نمایی امری است خطرناک و زیانبار.

چگونگی دخالت کادر مدرسه در درمان: کادر مدرسه در درمان کودک فوبیک می‌توانند نقشی در حدود ارائه نتایج مثبت و منفی کودک به وی، تدریس خصوصی او و... داشته باشند یا آنکه دامنهٔ آن را به منزل بسط داده و طفل را در خانه‌اش ملاقات کنند. رویهٔ معمول آن است که به کودک پیغام داده می‌شود که معلم او همراه با چند نفر از همکلاسی‌هایش به منزل وی خواهند آمد و معلم، کودک را

اجمالاً فارغ از نظریات مطرح شده در توجیه و درمان فوبیای مدرسه، نکات زیر در درمان فوبیای مدرسه قابل توجه می‌باشد:

۱- به کودک فوبیک باید سریعاً توجه نموده و به درمان ترس او اقدام نمود چه بی‌التفاتی به وی، هراس او را حادث‌تر نموده و امکان درمان را مشکل‌تر می‌کند.

۲- کودک فوبیک را باید مورد معاینهٔ جسمانی پزشک قرار داد تا از سلامت جسمانی وی که نشان از تأثیر هراس او در جسم وی می‌باشد، اطلاع پیدا کرد.

۳- والدین و درمانگران باید از میزان تحمل کودک در حین درمان مطمئن بوده و از آن مطلع باشند،

۴- نقش والدین در درمان، نقش محوری است و در عین حال نباید ایشان احساس گناه و تقصیر از بروز فوبیای مدرسه در اطفال خود بنمایند.

مدرسه، وجود دارد.

۲- امتناع ناگهانی از رفتن به مدرسه توأم با هراس از ترک منزل و روانه‌گشتن به مدرسه، که عموماً توأم با درد و ناراحتی جسمی برای طفل می‌باشد.

۳- فوبیای نوع سوم، حکایت از آشفتگی فرضی در طفل دارد که امکان دارد چند سال طول بکشد و غالباً درمان آن نیاز به تطابق مجدد خانوادگی طفل دارد.

۴- نوع چهارم فوبیای مدرسه- که نادرترین آن می‌باشد- نوعی روان‌پریشی است که در کودکان بزرگتر قابل تشخیص بوده و در واقع از آشفتگی ای عمیق در کودک نشان دارد.